



GILROY UNIFIED SCHOOL DISTRICT
Specialized Programs
7810 Arroyo Circle, Gilroy, California 95020
Tel. 669-205-4043 fax: 408-847-1219
www.gilroyunified.org

SUPERINTENDENT
Dr. Deborah A. Flores, Ph.D.

BOARD OF EDUCATION
Melissa Aguirre ♦ Enrique Diaz ♦ Tuyen Fiack
Mark Good ♦ Michelle Nelson ♦ James E. Pace ♦ Linda Piceno

Run For Fitness

Saturday, April 23, 2022



Dear Student Runner,

This time of year, you're starting to hear a lot of talk about "Run for Fitness." The program will help you train so that you may complete the run on **Saturday, April 23 2022.** All student runners who complete the Run for Fitness will receive a colorful T- shirt and a healthy snack. The Run for Fitness will be held at the Gilroy High School Track and Field.

If you're planning to run this year, then we hope you are also planning to prepare for it! Almost anyone can complete the run, if they train on a regular basis; but you have to be dedicated to reach your goal. You cannot just wish for it, you have to work for it. If you start a regular training program at your school now, you can be ready for the challenge of completing the Run for Fitness!

The human body is an amazing thing. If you treat it right and train it right, it can grow stronger each day. The first day you run, you may not be able to go very far. After a few weeks, if you keep at it, you'll be amazed at how far you can go without stopping.

All of that will depend on whether you train consistently with your class at school. All you need to do is get involved, train with your class and head for that finish line. We encourage you to practice in preparation for our annual Run for Fitness event.

GOOD LUCK! Happy Training and we hope to see you on

Saturday, April 23!



GILROY UNIFIED SCHOOL DISTRICT
Specialized Programs
7810 Arroyo Circle, Gilroy, California 95020
Tel. 669-205-4043 fax: 408-847-1219
www.gilroyunified.org

SUPERINTENDENT
Dr. Deborah A. Flores, Ph.D.

BOARD OF EDUCATION
Melissa Aguirre ♦ Enrique Diaz ♦ Tuyen Fiack
Mark Good ♦ Michelle Nelson ♦ James E. Pace ♦ Linda Piceno

Correr Para Estar En Forma

Sábado, 23 de abril de 2022



Estimado Estudiante Corredor,

Esta época del año, comienzas a oír mucho sobre "Corre para la Salud". El programa te ayudará a entrenar para que puedas completar la carrera el **sábado, 23 de abril, 2022**. Todos los estudiantes corredores que completen la carrera "Corre para la Salud" recibirán una camiseta y un bocadillo saludable. El evento "Corre para la Salud" se llevará a cabo en la cancha de atletismo de la Preparatoria Gilroy.

¡Si estás planeando correr este año, entonces esperamos que estés también planeando prepararte para este evento! Casi cualquiera puede completar la carrera, si se entrenan regularmente; pero tienes que dedicarte para alcanzar tu objetivo. No puedes solo desear lograrlo, tienes que trabajar por ello. ¡Si empiezas ahora a entrenar regularmente en un programa en tu escuela, puedes estar listo para el **14 de marzo** por el reto de completar la carrera "Corre para la Salud"!

El cuerpo humano es algo asombroso. Si cuidas y entrenas a tu cuerpo bien, entonces puedes crecer más fuerte cada día. El primer día que corras, quizás no llegues muy lejos. Después de unas pocas semanas, si sigues así, te asombrarás lo lejos que puedes ir sin parar. Después de unas pocas semanas de entrenamiento regular, te asombrarás que tan lejos podrás correr sin parar.

Todo eso dependerá de si entrenas consistentemente con tu clase en la escuela. Este año, para animarte a participar y entrenar para la carrera "Corre para la Salud," el programa estará ofreciendo una pulsera "Corre para la Salud" a los estudiantes que participen. Tu maestro tiene todos los detalles. Todo lo que tienes que hacer es participar y entrenar con tu clase y enfócate en llegar al punto final de la carrera.

¡BUENA SUERTE, diviértete entrenando y nos vemos el **23 de abril**!



GILROY UNIFIED SCHOOL DISTRICT
Specialized Programs
7810 Arroyo Circle, Gilroy, California 95020
Tel. 669-205-4043 fax: 408-847-1219
www.gilroyunified.org

SUPERINTENDENT
Dr. Deborah A. Flores, Ph.D.

BOARD OF EDUCATION
Melissa Aguirre ♦ Enrique Diaz ♦ Tuyen Fiack
Mark Good ♦ Michelle Nelson ♦ James E. Pace ♦ Linda Piceno

Run For Fitness

Saturday, April 23, 2022

Gilroy Unified is proud to announce that we will have our Annual Run for Fitness event on Saturday, April 23, 2022 at Gilroy High School on the track & field area! We value healthy lifestyles and are holding this event to encourage our students to stay fit and healthy. This is a FREE event offered to our TK- 12th grade students. **We also are inviting St. Mary, Gilroy Prep School, and Pacific Point Christian School to participate.**

SCHEDULE: Each grade level will have a scheduled time to check in and run laps. All students who participate will be awarded an official "Run for Fitness" T-shirt when their scheduled run is completed. **We will run rain or shine!**
IMPORTANT: For safety purposes, only students are allowed on the track and field.

Gilroy High School Track & Field

Grade	Check-In Time	Run Time	Distance of Run	Location of Run
TK- K	8:15	8:45	.75 mile	Track Only
1	8:30	9:00	1 mile	Track Only
2	8:45	9:15	1 mile	Track & Field Course*
3	9:00	9:30	1.5 miles	Track & Field Course*
4	9:15	9:45	1.5 miles	Track & Field Course*
5	9:30	10:00	1.5 miles	Track & Field Course*
MS	9:45	10:15	2 miles	Track & Field Course*
HS	9:45	10:15	3 miles	Track & Field Course*

* The field course veers off of the track behind the GHS field. It is adjacent to the track.

STUDENT REGISTRATION INFORMATION:

Please turn in the completed registration form to your child's teacher by **April 18, 2022**. Parents are required to provide adult supervision of their child(ren) to, from, and during the Run Fitness area. **The run is intended for students only. For safety purposes, parent and guardians are not allowed on the track and field.**

§-----

Please detach and return to your child's teacher. Arrive at your child's scheduled check-in time.

In consideration of accepting this entry, I do hereby, for myself, my child, my heirs, executors, and administrators waive, release and forever discharge any and all claims which I or my child may have or which hereafter accrue to me against the sponsor, Gilroy Unified School District or their respective employees for any and all injuries suffered by me or my child in connection with this event. I understand that I am responsible for my child's participation and for transportation to and from Gilroy High School. Photographs and/or video footage will be taken by the Gilroy Unified School District for publicity purposes. By participating in this event, I acknowledge and grant permission for the possibility of my child to be photographed and/or recorded. I give my child permission to participate in the GUSD Run for Fitness event.

Parent Signature: _____ Date: _____

Name of Participant (PRINT): _____

School: _____ **Grade:** _____ **Teacher(PRINT):** _____

T-Shirt Size(CIRCLE) Youth/Adult: Y(S-6/8) Y(M 10/12) Y(L-14/16) A(S) A(M) A(L) A(XL)



GILROY UNIFIED SCHOOL DISTRICT
Specialized Programs
7810 Arroyo Circle, Gilroy, California 95020
Tel. 669-205-4043 fax: 408-847-1219
www.gilroyunified.org

SUPERINTENDENT
Dr. Deborah A. Flores, Ph.D.

BOARD OF EDUCATION
Melissa Aguirre ♦ Enrique Diaz ♦ Tuyen Fiack
Mark Good ♦ Michelle Nelson ♦ James E. Pace ♦ Linda Piceno

Correr para la Salud

Sábado, 23 de abril de 2022

¡El Distrito Escolar Unificado de Gilroy está orgulloso de anunciar que vamos a tener nuestro evento anual de Correr para la Salud sábado, 23 de abril de 2022, en la Preparatoria Gilroy en la cancha de atletismo! Valoramos los estilos de vida saludables y estamos organizando este evento para animar a nuestros estudiantes a mantenerse en forma y saludables. Este es un evento GRATUITO que ofrecemos a nuestros estudiantes de TK- 12º grado. **Además, estamos invitando a participar a las escuelas St. Mary, Gilroy Prep y Pacific Point Christian.**

HORARIO: Cada grado tendrá un horario programado para registrarse y correr vueltas. A todos los estudiantes que participen se les otorgará una camiseta oficial de "Correr para la Salud" cuando completen su carrera programada.

¡La carrera se llevará a cabo llueva o truene! IMPORTANTE: Por razones de seguridad, solo se permitirá a los estudiantes en la cancha de atletismo.

Preparatoria Gilroy Atletismo

Grado	Horario de registraci3n	Horario de la carrera	Distancia de la carrera	Lugar de la carrera
TK- K	8:15	8:45	.75 milla	En la cancha
1	8:30	9:00	1 milla	Cancha de Atletismo*
2	8:45	9:15	1 milla	Cancha de Atletismo*
3	9:00	9:30	1.5 millas	Cancha de Atletismo*
4	9:15	9:45	1.5 millas	Cancha de Atletismo*
5	9:30	10:00	1.5 millas	Cancha de Atletismo*
MS	9:45	10:15	2 millas	Cancha de Atletismo*
HS	9:45	10:15	3 millas	Cancha de Atletismo*

* La ruta se desvía de direcci3n por detrás de la cancha de GHS. Estรก junto a la cancha.

INFORMACI3N DE REGISTRO DE ESTUDIANTES:

Favor de entregar la forma de registro completa al maestro de su niño(a) para el **18 de abril**. Los padres deben supervisar a sus hijos desde y durante la carrera de Correr para la Salud. **La carrera es s3lo para los estudiantes. Por razones de seguridad, no se permitirรก a los padres y tutores legales en la cancha de atletismo.**

8<-----

Favor de separar y regresar al maestro(a) de su niño(a). Llegar a la hora de registraci3n programada para su hijo(a).

En consideraci3n de aceptar esta entrada, por la presente, mi persona, mi hijo(a), mis herederos, ejecutores, y administradores renunciarnos, liberarnos y desistimos para siempre todos y cada uno de los reclamos que yo o mi hijo(a) podamos tener o que en lo sucesivo se presenten en mi contra o en la del patrocinador, Distrito Escolar Unificado de Gilroy o de sus respectivos empleados por cualquier o todas las lesiones que yo o mi hijo(a) podamos sufrir relacionadas con este evento. Comprendo que soy responsable de la participaci3n de mi hijo(a) y del transporte desde y hacia la Preparatoria Gilroy. El Distrito Escolar Unificado de Gilroy tomarรก fotografías y/o imágenes de videos con fines publicitarios. Al participar en este evento, reconozco y autorizo a la posibilidad de que mi hijo(a) sea fotografiado y/o grabado. Doy a mi hijo(a) permiso para participar en el evento de GUSD de Correr para la Salud.

Firma de los Padres: _____ Fecha: _____

Nombre del Participante (Letra de imprenta): _____

Escuela: _____ **Grado:** _____ **Maestro(a) (Letra de imprenta):** _____

Talla de camiseta (Encierre en C3rculo) J3venes/Adultos: Y(S-6/8) Y(M 10/12) Y(L-14/16) A(S) A(M) A(L) A(XL)